

お買い物で役に立つ食品表示

お買い物で商品を選ぶ際のポイントは人それぞれありますよね。内容量やアレルギー、消費・賞味期限、栄養成分など…知りたい情報は様々です。では、皆さんはこれらの情報をどこから得ていますか？今回は商品の情報源となる「食品表示」についてのお話です。

◆表示を見れば商品がわかる！

名称	ウイナーソーセージ
原材料名	豚肉(輸入、国産)、豚脂肪、食塩、たん白加水分解物、砂糖、香辛料、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、(一部に豚肉・ゼラチンを含む)
内容量	90g
賞味期限	表面右下部に記載
保存方法	10℃以下で保存してください
製造者	〇〇食品株式会社 □□県◆◆市××町1-2-3

栄養成分表示	1袋(90g)あたり
エネルギー	〇〇kcal/たんぱく質〇〇g/脂質〇〇g/炭水化物〇〇g/食塩相当量〇〇g

※この表示値は目安です

商品の裏側にある、このような表示を食品表示といいます。基本的に、名称、原材料名(原材料、添加物、原料原産地名、アレルギー表示)、内容量、消費・賞味期限、保存方法、製造者が表示されており、どれも消費者が自分にとってより良い商品を選択するための大切な情報です。

東海コープホームページに「おいしくて、安全なおはなし」のバックナンバーがあります。



【食品表示の見方】

- **原材料**: 使用量の多い順に表示されています。
- **原料原産地表示**: 原材料のうち、使用量の1番多いものには原産地もしくは製造地が表示されます。輸入とは、3ヶ国以上の外国産の原料が使用されているということです。このウイナーには3ヶ国以上の外国産豚肉と国産豚肉が使用されているということが分かります。
- **添加物**: 原材料のうち、スラッシュ(/)の後ろが添加物です。原材料と添加物は、スラッシュを用いたり、改行したりして、明確に分けて表示されます。
- **アレルギー表示**: アレルギー表示は「醤油(小麦・大豆を含む)」「マヨネーズ(卵を含む)」のように個々の原材料に表示されるか、例のようにまとめて表示されるかのどちらかです。食品アレルギーをお持ちの方にとっては命に関わることなので、よく確認することが大切です。
- **保存方法**: この欄に表示されているのは、開封前の保存方法です。開封後に保存方法が変更となるものには、別途表示がされています。

開栓後要冷蔵
開栓後は冷蔵で保存し、なるべく早めにお召し上がりください。

◆生協の宅配では届くまでわからない？

生協の宅配では実際に商品を見て購入することができませんが、eフレンズでは、商品選択時に出てくる「原材料を見る」をタップすると、商品情報を確認することができます。ぜひ、ご活用ください!(一部対応していない商品もあります)



2025年
4月3週
(15号)

東海コープからのおいしくて、安全なおはなし

